

STRESİN SONUÇLARI

İŞLEYİŞİMİZ AÇISINDAN;

Stres, aldığımız besin maddelerinin rahatça kana karışımını vede vucuda dengeli yayılmasını, enerjimizin vucudumuzda rahat dolaşımını vede zehirlerin vucudumuzdan atılmasını engeller.

☞ SİNİR SİSTEMİMİZİ TÜKETİR.

☞ KENDİ KENDİMİZLE VE BAŞKALARI İLE KONUŞMAYI, BAĞLANTI KURMAYI ENGELLER

RUH VE FİZİKİ HASTALIKLARIMIZIN KAYNAĞINI OLUŞTURDUĞU GİBİ AŞIRI TANSİYON VE KANSER'DEN DOĞAN ÖLÜMLERİNDE NEDENİDİR.

Kısacası Hastalıklarımızın ilk sebeplerinden biridir.

STRESİN FİZİKİ BELİRTİLERİ:

- 1) ÇENE VE DİĞER KASLARIMIZIN SERTLEŞMESİ
- 2) KANIMIZIN BASINCI ARTAR AYRICA YÜREK ATIŞLARI VE NEFES ALIP VERME HIZLANIR.